



*Eskilstuna Simklubb och Mellansvenska Simförbundet
har härmed nöjet att bjuda in till*

DM/JDM

ESKILSTUNA

4-5/6 2022

Upplysningar:

Mellansvenska Simförbundet
Sven-Åke Gustafsson
0705-11 67 92
tavling.mssf@vstmidrotten.se
www.livetiming.se

Eskilstuna Simklubb
Christoffer Andersson
0704-78 09 06
tavling@eskilstunasimklubb.se
www.eskilstunasimklubb.se

Sparbanken
Rekarne



- Plats:** Munktellbadet, Eskilstuna
- Bassäng:** 50 m, 8 banor, vid behov 10 banor.
- Prel. tävlingstider:**
- | | | |
|---------|--------|---------------------------------------|
| Pass 1: | Lördag | kl 10:00 (Insim 08:30-09:45) |
| Pass 2: | Lördag | kl 15:00 (Från pass 1 slut tom 14:45) |
| Pass 3: | Söndag | kl 10:00 (Insim 08:30-09:45) |
| Pass 4: | Söndag | kl 15:00 (Från pass 3 slut tom 14:45) |
- Fastställda tider meddelas i Tävlings-PM.
- Tävlingsledare:** Pia Östling
- Tävlingsbestämmelser:** Samtliga grenar genomförs med direktfinaler vid både de individuella grenarna och lagkapperna, Distriktsmästare koras vid samtliga individuella DM grenar och JDM grenar, Distriktsmästare för lagkapper koras enbart vid DM grenar. I övrigt gäller SSF:s gällande tävlingsbestämmelser
- Anmälan:** Anmälan till kvalade grenar skall göras via TEMPUS anmälningsmodul - www.tempusanmalan.se
- Anmälan till grenar som man inte klarat kvaltid på (gäller de som klarat minst en kvaltid) anmäls på mail till: tavling.mssf@vstm.rf.se
- Senaste anmälningsdag fredag den 20 maj.
- Alla frågor gällande anmälan görs till Sven-Åke Gustafsson
Mail: tavling.mssf@vstmidrotten.se eller tel: 070-511 67 92
- Deltagare:**
- JDM
Flickor och pojkar som är 13-19 år (födda 2003-2009) och som kvalat enligt nedan
- DM
Damer och herrar som är 13 år och äldre (födda 2009 och tidigare) som kvalat in enligt nedan
- Grenordning:** Se bilaga 1
- Kvalperiod:** 2020-01-01 – 2022-05-19 (kvalperioden är förlängd pga effekter från pandemin)
- Kvaltider:** Se bilaga 2
Simmare som klarat kvaltiden till någon individuell gren som genomförs denna tävling kan också anmäla sig till grenar där kvaltiden inte uppfyllts. OBS: dessa anmälningsstider skall även de finnas registrerade i Tempus under kvalperioden.



Dessa anmälningar tas med i startlistan i mån av plats.

- Avgift:** Avgiften är 70 kr för ind. anmälan och 90 kr för laganmälan och 100 kr respektive 150 kr för efteranmälan.
- Efteranmälan:** Vi tar emot efteranmälningar mot förhöjd startavgift 100 kr för individuell och 150 kr för lagkappslag.
Efteranmälningar kan göras, i mån av plats, senast torsdagen den 2 juni kl. 12.00. Efteranmälda seedas in sist i grenen.
- OBS efteranmälan av kvalade grenar skall göras via Tempus anmälningsmodul - www.tempusanmalan.se
Efteranmälan av ej kvalade grenar mailas till tavling.mssf@vstmiddrotten.se
Efteranmälda anmälningstider skall finnas i Tempus och vara uppnådda under kvalperioden.
- Strykningar:** Strykningar ska registreras i Tränarappen absolut senast 1 timme innan start för respektive pass.
Vid för sent inlämnad strykning uttages en straffavgift på 300 kr per individuell start, 400 kr per lagstart.
- Laguppställningar:** Laguppställningar ska vara inlämnade via appen senast en timme för respektive tävlingspass startar.
- Priser:** Medaljer till de 3 främsta i varje individuell gren (DM & JDM) samt till de 3 främsta lagkappslagen (DM)
- Poängberäkning:** Individuella grenar: 42, 33, 30, 27, 24, 21, 18, 15, 12, 9, 6, 3
Lagkappsgrenar: 84, 66, 60, 54, 48, 42, 36, 30, 24, 18, 12, 6
- Lunch och middag:** Vi erbjuder lunch och middag, kostnad 100 kr/måltid.
- Skolsal + frukost:** Vi erbjuder övernattning i skolsal inklusive frukost på Restaurang Saigon för 200 kr pp/natt. Skolan heter St: Eskils Gymnasium (Smedjegatan 3-5) och ligger på gångavstånd från Munktellbadet.
- Bokning:** Bokning av mat & logi ska skickas in senast tisdag 24/5, till tavling@eskilstunasimklubb.se. Bokningen är bindande.
- Vandrarhem:** Vi rekommenderar bra och prisvärt boende på Vilsta Sporthotell.
- Hotell:** Vi rekommenderar bra och prisvärt boende på Comfort Hotel Eskilstuna, Hotel Bolinder Munktell, Plaza Hotel, Elite och First Hotel som alla ligger på gångavstånd från Munktellbadet
- Cafeteria:** Cafeteria finns under läktaren och är öppen hela helgen.
- Funktionärer:** Vi tar gärna emot funktionärshjälp, har ni medföljande föräldrar som kan ställa upp så meddela namn och kontaktuppgifter på dessa till Ullis på funktionar@eskilstunasimklubb.se



Grenordning

Lördag Pass 1			Söndag Pass 3		
Gren	Insim: 08.30-09.45 Start: 10.00		Gren	Insim: 08.30-09.45 Start: 10.00	
1	4x100 frisim	Mix	22	4x100 medley	Mix
2	800 frisim	Herrar	23	800 frisim	Damer
3	200 medley	Damer	24	200 medley	Herrar
4	50 frisim	Herrar	25	50 ryggsim	Damer
5	50 frisim	Damer	26	50 ryggsim	Herrar
6	200 bröstsim	Herrar	27	200 frisim	Damer
7	200 bröstsim	Damer	28	200 frisim	Herrar
8	100 fjärilsim	Herrar	29	100 bröstsim	Damer
9	100 fjärilsim	Damer	30	100 bröstsim	Herrar
10	400 frisim	Herrar	31	400 frisim	Damer
11	4x200 frisim	Damer	32	4x200 frisim	Herrar
Lördag Pass 2			Söndag Pass 4		
Gren	Insim: tom 14:45 Start: 15.00		Gren	Insim: tom 14.45 Start: 15.00	
12	400 medley	Damer	33	400 medley	Herrar
13	50 fjärilsim	Herrar	34	50 bröstsim	Damer
14	50 fjärilsim	Damer	35	50 bröstsim	Herrar
15	200 ryggsim	Herrar	36	200 fjärilsim	Damer
16	200 ryggsim	Damer	37	200 fjärilsim	Herrar
17	100 frisim	Herrar	38	100 ryggsim	Damer
18	100 frisim	Damer	39	100 ryggsim	Herrar
19	1500 frisim	Herrar	40	1500 frisim	Damer
20	4x100 medley	Damer	41	4x100 frisim	Herrar
21	4x100 medley	Herrar	42	4x100 frisim	Damer



Kvalinformation

Kvalificeringsperioden **2020-01-01 – 2022-05-19** (kvalperioden är förlängd pga effekter av pandemin)

Simmare som klarat kvaltid till individuell gren till denna tävling kan anmäla sig till grenar där kvaltiden inte klarats i mån av plats, inga noll-tider accepteras och tiden ska kunna verifieras via TEMPUS statistik.

Kvaltider DM/JDM 25m och DM/JDM 50m 2021-2024:

<u>HERRAR:</u>			<u>DAMER:</u>		
Distans:	25m:	50m:	Distans:	25m:	50m:
50m Frisim	25.72	26.91	50m Frisim	28.35	29.25
100m Frisim	56.36	58.76	100m Frisim	1:01.69	1:03.58
200m Frisim	2:06.09	2:10.76	200m Frisim	2:14.88	2:20.24
400m Frisim	4:32.71	4:46.08	400m Frisim	4:46.04	4:59.49
800m Frisim	9:45.66	10:16.55	800m Frisim	9:59.55	10:28.51
1500m Frisim	18:52.20	22:03.54	1500m Frisim	19:52.21	21:37.25
50m Bröstsिम	33.15	34.67	50m Bröstsिम	35.98	37.19
100m Bröstsिम	1:13.05	1:16.08	100m Bröstsिम	1:18.09	1:21.41
200m Bröstsिम	2:41.68	2:52.29	200m Bröstsिम	2:50.33	2:57.87
50m Ryggsिम	30.30	32.37	50m Ryggsिम	32.80	34.03
100m Ryggsिम	1:05.68	1:10.36	100m Ryggsिम	1:09.79	1:13.51
200m Ryggsिम	2:24.61	2:34.14	200m Ryggsिम	2:31.58	2:38.88
50m Fjärilsिम	28.05	29.02	50m Fjärilsिम	30.72	31.41
100m Fjärilsिम	1:03.48	1:06.41	100m Fjärilsिम	1:09.26	1:12.13
200m Fjärilsिम	2:33.05	2:47.18	200m Fjärilsिम	2:44.76	2:55.42
100m Medley	1:05.43	-----	100m Medley	1:10.54	-----
200m Medley	2:22.82	2:29.30	200m Medley	2:32.52	2:38.72
400m Medley	5:15.01	5:32.93	400m Medley	5:30.56	5:45.73

Lagkapp

4*50m Frisim	Max 3 heat	4*50m Frisim	Max 3 heat
4*100m Frisim	Max 3 heat	4*100m Frisim	Max 3 heat
4*200m Frisim	Max 3 heat	4*200m Frisim	Max 3 heat
4*50m Medley	Max 3 heat	4*50m Medley	Max 3 heat
4*100m Medley	Max 3 heat	4*100m Medley	Max 3 heat



